Kinderschutz Schweiz
Protection de l'enfance Suisse
Protezione dell'infanzia Svizzera

ASPI
Fondazione della Svizzera italiana
per l'Aiuto, il Sostegno
e la Protezione dell'Infanzia

compAct

அறிவாற்றலை வளர்த்தல் -
பிள்ளைகளைப் பாதுகாத்தல்

பெற்றோருக்கான தகவல்கள்

பிள்ளைகளின் சமூக அறிவாற்றலை ஊக்குவிப்பதற்கான ஒரு திட்டம்

Tamilisch/tamoul/tamil

உள்ளடக்கம்

காரணமுள்ள உத்தரவுகள் - உடற் தண்டனை வேண்டாம்	4
நடந்துகொள்வது குறித்து புகார் தெரிவித்தல் - நபரை குறைத்து மதிப்பிடாதிருத்தல்	6
உறவு - அன்பை விலக்கிவிடுதல் அல்ல	8
தெளிவான விதிகள் வைத்தல் - பயமுறுத்தல் வேண்டாம்	10
எல்லைகளை மதித்தல் - கவனிக்காது தட்டிக்கழிக்கவேண்டாம்	12
பிள்ளைகளின் தேவைகளை மதித்தல் - கடந்து செல்லாதிருத்தல்	14
அடிப்படைத் தேவைகளை நிறைவேற்றல் - புறக்கணிப்பது அல்ல	16
பிள்ளையின் செயற்திறமைகளை மதிப்பது - திறமைகளில் அழுத்தங்களை அதிகரிக்காதிருத்தல்	18
கற்க தூண்டுதல் - எல்லையற்ற டிகிற்றால் பாவிப்பு தேவை இல்லை	20
பெற்றோர் சேர்ந்து பொறுப்புவகித்தல் - தம்பதிகள் வன்முறையை காட்ட வேண்டாம்	22

இந்தப் பிரசுரத்தை 13 மொழிகளில் பெற்றுக்கொள்ளலாம். இதை நீங்கள் தபாலில் பெறலாம் அல்லது PDF-வடிவமாகப் பின்வரும் இணையப் பக்கத்திலிருந்து தரவிறக்கிக் கொள்ளலாம்:

கொம்ப்அக்ற் (CompAct) என்பது சுவிசில் இலாபநோக்கற்ற ஒரு Kinderschutz Schweiz (பிள்ளைகள் பாதுகாப்பு நிதியம்) வழங்கும் சலுகையாகும். இது சுவிஸ் பூராக, அனைத்துப் பிள்ளைகளும் பாதுகாப்புடன் மற்றும் மதிப்புடன் வன்முறைகள் அற்று வளரவும், அவர்களின் உரிமைகள் வழங்கப்படவும் அத்துடன் அவர்களின் உண்மைநிலை பாதுகாக்கப்படவும் ஒரு துறைசார் நிலையமாக தன்னை ஈடுபடுத்திக் கொள்கின்றது.

விளக்கம்: Marianne Kauer, Kinderschutz Schweiz

அறிவாற்றலை வளர்த்தல் - பிள்ளைகளைப் பாதுகாத்தல்

பெற்றோர் தமது பிள்ளைகளுக்கு ஒரு நல்ல எதிர்காலத்தைத் தவிர வேறெந்த விதிவிலக்குகள் எதையும் விரும்புவதில்லை. இந்த விருப்பு, பிள்ளைகள் தமது சொந்தத் திறமைகளில் சிறந்து விளங்குவதுடன், ஏனைய மக்களுடன் சேர்ந்து வாழ்வதை சாதகமாகவும் அதை அனுபவித்தும் கொள்வதிலும் வழமையாக அடங்குகின்றது. பிள்ளைகளின் சமூக அறிவாற்றலை ஊக்குவிப்பதில் பெற்றோர் நாளாந்தம் அதிகளவில் பங்களிப்புச் செய்கின்றனர், இதன்மூலம் இந்த நோக்கத்தை அடைவதில் தம்மை ஈடுபடுத்திக் கொள்கின்றனர். இதன்போது நீங்கள் பிள்ளைக்கு அன்புமிகுந்த கவனிப்புகளை வழங்குவதுடன், அவர்களின் நாளாந்த தேவைகளை உணர்ந்து அவைகளில் குறிப்பிட்ட அளவில் அக்கறை எடுப்பதுடன், தேவைப்படும் எல்லைகளைக் கவனத்திற் கொண்டு, அவர்களின் வளர்ச்சியில் சாதகமான ஈடுபாட்டைக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

சிறு பிள்ளைகளுடனான பரபரப்பு மிகுந்த நாளாந்த வாழ்வில், பிள்ளைகளிடம் போதுமான அளவில் அணுகிக்கொள்வதோ அல்லது அமைதியான மனநிலையுடன் இருப்பதோ எப்போதும் இலகுவானதல்ல. பின்வரும் பக்கங்களில் இவ்வாறான பிரச்சினையான நிலைமைகளை விடயமாக்குவதுடன், பிள்ளைகளை எவ்வாறு ஊக்குவிப்பது மற்றும் அவர்கள் சவால்களைச் சந்திக்கும் சந்தர்ப்பங்களில் வன்முறையற்ற வழிகளைத் தேர்ந்து அவற்றைத் தீர்த்துக் கொள்வது என்பது குறித்து விளக்கமளிக்கின்றது. சுவிஸ், ஐ.நா- பிள்ளைகளின் உரிமைச் சாசனத்தில் கையொப்பமிட்டுள்ளது, இதன்மூலம் வேறு விடயங்களுடன், பிள்ளைக்கு தனது சொந்த ஆளுமையை வளர்த்துக் கொள்வதற்கான கடப்பாடு மற்றும் வன்முறையற்ற விதத்தில் வளர்ச்சியடைவதற்கான உரிமை உள்ளது. வன்முறை மூலமாக என்பது அடிப்பது மட்டும் எனக் கூறவில்லை, மாறாக உளரீதியான தண்டனை அதாவது அவமானப்படுத்துதல், பயமுறுத்துதல், பழித்துரைத்தல் அல்லது ஒரு பிள்ளையை மற்றும் அவரது தேவைகளை உதாசீனம் செய்பவையுமாகும்.

பிள்ளைகளுடனான பிரச்சினையான நிலைமைகள் எவையும் ஒரேமாதியாக நடைபெறுவதில்லை என்பதுடன் பிரச்சினைகள் மற்றும் வேறு சவால்களை சாதகமான முறையில் தீர்த்துக் கொள்வதற்கு ஒரு சரியான மூலோபாயமும் இருப்பதில்லை. இருப்பினும் வன்முறை எப்போதும் ஒரு தீர்வாகாது. பெற்றோர் கொடுக்கும் எல்லைகளை மீண்டும் மீண்டும் மீறுவது அல்லது தாம் வழங்கும் அறிவுறுத்தல்களை மீளவும் மீறுவதாலும் பிள்ளைகளைத் தண்டிப்பதாலும் பிள்ளைகள் குறித்து பெற்றோர் விரும்பும் அளவிற்கு வாழ்க்கையில் வெற்றிபெறுவதற்குத் திடமுள்ளவர்ளாகவும், சொந்தமாகத் தீர்மானம் செய்பவர்களாகவும் அவர்கள் வளர்ச்சியடையமாட்டார்கள்.

சுவிஸ், ஐ.நா- பிள்ளைகளின் உரிமைச் சாசனத்தில் கையொப்பமிட்டுள்ளது, இதன்மூலம் பிள்ளைக்கு தனது சொந்த ஆளுமையை வளர்த்துக் கொள்வதற்கான கடப்பாடு மற்றும் வன்முறையற்ற விதத்தில் வளர்ச்சியடைவதற்கான உரிமை உள்ளது.

காரணமுள்ள உத்தரவுகள் - உடற் தண்டனை வேண்டாம்

பிள்ளைகள் செயற்பாட்டுக்கு உகந்தவர்களாகவும் அத்துடன் ஏனைய நபர்கள் நடந்துகொள்வதை அவதானித்துக் கொள்பவர்களாகவும் உள்ளனர். இது ஒருவரோடொருவர் கவனமாகப் பழகிக்கொள்வதிலும் அதேபோன்று வன்முறையின்போது நடந்துகொள்வதிலும் தங்கியிருக்கின்றது. பிரச்சினைகளுக்கு அடிக்காமல் தீர்த்துக்கொள்வது அத்துடன் அதற்குப் பதிலாக பிள்ளைக்கு ஒரு கோரிக்கையை வைத்து பின்னர் அது குறித்து உரையாடி விளங்கச் செய்வது பெற்றோர்கள் விரும்பும் பயனைக் கொடுக்கும்.

பிள்ளைகள், பெற்றோரின் மனநிலையை சிலவேளைகளில் மிகவும் தொந்தரவுக்கு உள்ளாக்கலாம். பற்பசைக் குழாயை அழுத்தி வெளியேற்றுவது, மலகூடக் கடதாசிச் சுருளை முழுவதுமாக இழுத்துவிடுவது, பிள்ளை தொடர்ந்து அடம்பிடிப்பது மற்றும் உத்தரவுகளை விட்டுக்கொடுப்பில்லாது மறுக்கும்போது இவையனைத்தையும் சிலவேளைகளில் தாங்கிக்கொள்வது மிகவும் கடினமானதாக இருக்கும். இப்படி நடந்தாலும்: உடல் வன்முறையான அடித்தல், குலுக்குதல், தள்ளுதல், கன்னத்தில் அடித்தல் அல்லது தலைமுடியை இழுத்தல் போன்றவை பிள்ளைகளின் உரிமையை மீறுவதுடன், இவை நீண்டகாலத்திற்கு பயன்தராத வளர்ப்பு முறையாகும். மேலதிக வன்முறைக்குப் பயந்து, விருப்பப்படாத நடைமுறைகளை பிள்ளை இயலுமானவரை மறைப்பதற்கு முயற்சி செய்யலாம். இதன்போது ஏன் இவ்வாறு நடந்து கொள்வது குழப்புகின்றது, அத்துடன் எவ்வாறு வேறுமாதிரி நடந்து கொள்ளலாம் என்பதைப் பிள்ளை கற்றுக்கொள்வதில்லை. வன்முறை புதிய வன்முறைகளைத் தோற்றுவிக்கின்றது, இதன்போது ஏனையவர்கள் நடந்துகொள்வதை அவதானித்து அதைப் பிள்ளை கற்றுக்கொள்கின்றது. உடல் வன்முறை அல்லது வேறு வன்முறைத் தாக்குதல்கள் ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவதையும் அவைகளையே பிரச்சினைகளைத் தீர்த்துக்கொள்வதற்கு பாவிப்பதையும் பிள்ளைகள் அனுபவிக்குமானால், அவர்கள் அதிகளவில் நிச்சயமாக தாமும் தீவிரமானவர்களாக, அதாவது வேறு நபர்களுக்கு எதிராக அல்லது தானே தனக்கு எதிராகவும் நடந்துகொள்வார்கள். அவர்களின் நடைமுறையை பெற்றோர் ஏன் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதுள்ளது மற்றும் அதற்குப்பதிலாக எதை அவர்களிடமிருந்து எதிர்பார்க்கின்றனர் என்பதைப் பெற்றோர் பிள்ளையிடம் மிகவும் மரியாதையுடனான தொனியில் விளங்கப்படுத்தினால் வேறொரு பயன் கிட்டும். பிள்ளைகள் உத்தரவுகளின் நோக்கங்களை விளங்கிக்கொண்டு தான் நடந்து கொள்ளும் நடைமுறையின் பயனைக் கணிப்பிடக் கற்றுக்கொள்வார்களாயின், ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தில் அவர்கள் தாமே தம்மை சுயமாக இயக்கிக் கொள்ளும் விதமாக சேர்ந்து வாழும் ஒழுங்குகளைக் கடைப்பிடித்துக் கொள்வார்கள். அவர்கள் தாம் நடந்துகொள்வதினால் ஏற்படும் விளைவுகளை உணர்ந்து அவற்றை நீக்கிக்கொள்வார்களானால், அது அவர்களின் கற்றுக்கொள்ளல் நடைமுறைக்கு உதவிக் கொள்ளும். இதன்போது பிள்ளைகள் மீளவும் செய்து கொள்வதன் ஊடாகக் கற்றுக்கொள்கின்றனர். இருப்பினும் அவர்கள் வித்தியாசமான நிகழ்வுகளின்போது ஒரேவிதமான விதிகள் மற்றும் பலாபலன்களை அனுபவிப்பதுடன், பிரச்சினையைத் தீர்க்க வன்முறையை விட வேறு வழிகள் உள்ளன என்பதை அறிந்து கொள்கின்றனர். பிரச்சினைகளின்போது இவ்வாறாக நடந்துகொள்வதற்கு அதிகம் பொறுமை தேவைப்படுவதுடன், அது நீண்டகாலத்திறக்கு நல்ல பலனைக் கொடுக்கும்.

பிள்ளைகள் உத்தரவுகளின் நோக்கங்களை விளங்கிக்கொண்டு தான் நடந்து கொள்ளும் நடைமுறையின் பயனைக் கணிப்பிடக் கற்றுக்கொள்வார்களாயின், ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தில் அவர்கள் தாமே தம்மை சுயமாக இயக்கிக் கொள்ளும் விதமாக சேர்ந்து வாழும் ஒழுங்குகளைக் கடைப்பிடித்துக் கொள்வார்கள்.

நடந்துகொள்வது குறித்து புகார் தெரிவித்தல் - நபரை குறைத்து மதிப்பிடாதிருத்தல்

ஒரு பிள்ளை தானாகவே கண்டு கொள்ளும் விடயங்கள், அது தானே தன்னைப் பற்றி எவற்றைக் கேள்விப்பட்டுக் கொள்கின்றது என்பதிலேயே தங்கியுள்ளது. ஒரு பிள்ளை, தனது கருத்து கணக்கில் எடுக்கப்படுகின்றது, தனது தேவைகள் உணரப்படுகின்றது மற்றும் அடிப்படை ரீதியாக மதிப்பளிக்கப்படுகின்றது என உணர்ந்து கொள்ளுமானால், அந்தப் பிள்ளை தன்னைக் குறித்து தனக்குள் ஒரு சாதகமான எண்ணத்தை வளர்த்துக் கொள்ளும். அதேவேளை பிள்ளை மீண்டும் மீண்டும் தான் அவமதிக்கப்படுவதாக உணருமானால், அது தன்னைப் பற்றிய எண்ணத்தை பாதகமான நிறத்தில் கொண்டிருக்கும்.

தமது ஆற்றல்கள் சிலவேளைகளில் போதுமானதாக இல்லாதிருப்பினும், பிள்ளைகள் பலவற்றைச் செய்துகொள்ள விரும்புகின்றார்கள். இவ்வாறே அவர்கள் தாமாகவே படிப்படியாக தொடர்ந்து, தவழும் சிறு குழந்தையாக இருந்து ஓடும், ஏறும், மிதிவண்டி செலுத்தும், துள்ளித்திரியும் பாடசாலைப் பிள்ளையாக வளர்ச்சியடைகின்றனர். வெற்றிகளுக்கு மறுபக்கமாக பிள்ளைக்கு மற்றும் ஒரு பகுதியாகப் பெற்றோருக்கும் மீண்டும் மீண்டும் தோல்விகள், துரதிஸ்டங்கள் மற்றும் சிலவேளைகளில் எரிச்சலூட்டும் சம்பவங்களும் ஏற்படலாம். ஒரு பிள்ளை இப்படியான வேளைகளில் தொடர்ந்தும் «மூளையற்றது», «திறமையற்றது», அல்லது «எரிச்சலூட்டுவது» என அழைக்கப்படுமானால், அது தன்னைப் பற்றிய தனது சொந்த எண்ணத்தை உருவாக்கிக் கொள்வதுடன், தான் பெறுமதியற்றவர் எனவும் அத்துடன் தன்மீது குறைந்தளவில் நம்பிக்கை கொள்ளவும் தொடங்குவார்கள். ஒரு பிள்ளை தன்னைக் குறித்து எவை அனைத்தையும் கேள்விப்படுகின்றதோ, அவை அந்தப் பிள்ளையின் உணர்வுகளைத் தாமாகவே பாதிப்படையச் செய்கின்றது.

சில பிள்ளைகள் இவ்வாறான எரிச்சலூட்டல்களால் பயமடைவதுடன், உடல் ரீதியான பிரச்சினைகளுக்கு உள்ளாகித், தாமாகவே பின்வாங்கிக் கொள்கின்றனர். வேறு சிலர் எதிர்ப்பு உணர்வுகளை வளர்த்துக் கொண்டு தீவிரமானவர்களாகின்றனர். இவ்வாறு ஒரு பிள்ளையின் விரும்பத்தகாத நடைமுறை ஒரு தீய வட்டமாக மாற்றமடைவதுடன், வளர்ப்பிற்குப் பொறுப்பானவர்களுக்கு கோபம் மற்றும் ஏமாற்றத்தைக் கொடுத்து மீண்டும் தூற்றுவதற்கு உள்ளாக்குகின்றது. ஆகவே ஒரு பிள்ளையை ஒருபோதும் ஒரு நபராகப் பழித்துரைக்க வேண்டாம் («நீ ஒரு துரதிஸ்டமான பிள்ளை!»), மாறாக அது நடந்து கொள்வதை மிகவும் மரியாதையான விதத்தில் கதைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு பிள்ளை எப்போதும் எதிர்மறையானவற்றை மட்டுமே கேட்காமல் மாறாக அவரிலிருந்து என்ன எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது, அது அவரை ஒருநிலைப்படுத்த மற்றும் அவரது நடைமுறையை மாற்றுவதற்கு அவருக்கு உதவுகின்றதா என்பது முக்கியமானது («நீ மேசைக்குப் பக்கமாக அமைதியாக இருக்க வேண்டுமென நான் விரும்புகிறேன், இதன்மூலம் மேசை வெறுமையாக இருக்காது»). இதன்போது எப்பொழுதும் பிள்ளையின் வயது கவனத்திற் கொள்ளப்பட வேண்டும். இவ்வாறு ஒரு சிறு பிள்ளையால் இருக்க முடியாது உ-ம். நீண்ட நேரத்திற்கு மேசைக்கு அருகில் அமைதியாக இருந்து கொள்ளுமென இப்போது எதிர்பார்க்க முடியாது.

ஒரு சிறப்பான சொந்தப் பெறுமானமே, ஒரு பிள்ளையின் வாழ்க்கைப் பாதைக்கு பெற்றோரால் கொடுக்கப்படக்கூடிய முக்கிய ஆரம்ப முதலீடாகும். சாதகமான தன்நம்பிக்கையுள்ள பிள்ளைகள் புதிய சவால்களைத் தைரியமாக எதிர்கொள்வதுடன், தோல்வி மற்றும் ஏமாற்றங்கள் ஏற்படும்போது கைவிடாமல் தொடர்ந்து வாழ்க்கையை சாதகமாக சிறப்புடன் நடத்திச் செல்வர்.

ஒரு சிறப்பான சொந்தப் பெறுமானமே, ஒரு பிள்ளையின் வாழ்க்கைப் பாதைக்கு பெற்றோரால் கொடுக்கப்படக்கூடிய முக்கிய ஆரம்ப முதலீடாகும்.

உறவு - அன்பை விலக்கிவிடுதல் அல்ல

பிள்ளைகளுக்கு தாம் பெறுமானமுள்ளவர்களாக மற்றும் அன்பாக உணரப்படுதலைத் தவிர மேலதிகமாக எதுவும் தேவைப்படுவதில்லை. இது அவர்கள் எதையாவது மேற்கொள்ள முயற்சிக்கும் வேளையில், பெற்றோரால் தடுக்கப்படும்போது அல்லது வெறுக்கப்படும்போதும் ஏற்படுகின்றது. எவ்வித நிபந்தனையுமற்று அன்பு செய்யப்படும் பிள்ளைகள் மட்டுமே, பிறருடன் மிகுந்த நம்பிக்கை மற்றும் ஈடுபாடு கொண்ட உறவை வளர்த்துக் கொள்வது குறித்து அறிந்திருப்பர்.

சில பெற்றோர்கள் வேண்டுமென்றே தமது பிள்ளைகளுக்கு தண்டனை கொடுக்கும் வடிவத்தில் அவர்களைப் புறக்கணித்து நடந்து கொள்வார்கள். உதாரணமாக குறிப்பிட்ட காலத்திற்கு அவர்களுடன் கதைக்க மாட்டார்கள் அல்லது வேண்டுமென்றே வெளியே சென்றுவிடுவார்கள். பிள்ளைகளுக்கு இவ்வாறான அன்பை விலக்கிவிடுதல், பெற்றோர்கள் நினைப்பதிலும் பார்க்க மிகவும் மோசமானதாக அமைந்து விடலாம்.
மீண்டும் மீண்டும் திரும்பவும் ஒன்றைச் செய்யுமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படும் பிள்ளைகள், தாம் நிபந்தனையற்று அன்பு செய்யப்படவில்லை என்பதைக் கற்றுக்கொள்கின்றனர். அவர்கள் ஒரு நபர் எனும் அறிமுகத்துடன் வளரமாட்டார்கள் மாறாக குறிப்பிட்ட தமது பொருத்தமான அல்லது புத்திசாதுரியமான நடைமுறைகளுக்கு மட்டுமே அன்பைப் பெறுபவர்களாக உணர்ந்து கொள்வார்கள். நம்பிக்கை கொள்வதற்காக, பாசத்தைக் காட்டுதல் மற்றும் திறமைகள் ஊடாக பாதுகாப்பைத் தொடர்ந்து பெற்றுக்கொள்ளல் என்பது, பிள்ளைகளை மிகவும் அழுத்தத்துக்கு உள்ளாகச் செய்வதாகும். கிரமமாக அன்பை விலக்குவதினால் தண்டனை வழங்கப்படும் பிள்ளைகள், தமது வளர்ப்பிற்குப் பொறுப்பானவர்கள் முன்பாக செயற்திறனற்றவர்களாக உணர்ந்து கொள்வதுடன், மற்றவர்களில் நம்பிக்கை கொள்வதிலும், ஈடுபாடுகொண்ட உறவுகளை ஏற்படுத்துவதிலும் சிரமங்களை எதிர்கொள்கின்றனர். பிள்ளைகளுக்கு, வயதுவந்தவர்களைப் போலவே பிரச்சினையான வேளைகளின்போது எவ்வாறு நடந்து கொள்வது என்பதை கற்றுக்கொள்ளச் சந்தர்ப்பங்கள் வழங்கப்பட வேண்டும். ஆகவே முக்கியமானது என்னவென்றால், பிள்ளைகள் எப்பொழுதும் நடந்து கொள்வதைப் போன்றே, பிள்ளையுடன் தொடர்புகள் மற்றும் உரையாடலுடன் இருந்து கொள்ள வேண்டும். அவர்கள் தெரிவுசெய்த வழி ஏன் பொருத்தமில்லாதது அல்லது ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதது என்பதை அவர்களுக்கு அமைதியாக விளங்கப்படுத்துவதுடன், அவர்கள் அறிந்து கொள்ளக்கூடிய விதத்தில், அடுத்த தடவை இதை எவ்வாறு வேறு விதமாகச் செய்து கொள்ளலாம் எனக் காட்டுவதுடன், எதிர்காலத்தில் உள்ளார்ந்த உறுதியுடனும் எவ்வித பய உணர்வும் இல்லாது வேறுவிதமாக நடந்து கொள்வதை தெரிவுசெய்வதற்குப் பிள்ளைக்கு உதவவேண்டும்.
ஒரு பிள்ளைக்கு, ஒழுங்கான முறையிலும் நன்கு தெரிந்துகொண்டும் அக்கறையும் அன்பும் செய்வதாகக் காட்டிக்கொண்டால், உறவில் நம்பிக்கையை அது தானாகவே வளர்த்துக் கொள்ளும். இதுபோன்றே செயற்பாடுகளின் பெறுமானத்தை குறைவாக மதிப்பிடுதலும் பிள்ளைக்கு சாதகமான செய்தியை உள்ளெடுக்கச் செய்வதுடன் ஒரு சிறப்பான சொந்தப் பெறுமான உணர்வைக் கொடுக்கின்றது மற்றும் இதன்மூலம் உறவை ஏற்படுத்திக்கொள்ள முடிகின்றது.

எவ்வித நிபந்தனையுமற்று அன்பு செய்யப்படும் பிள்ளைகள் மட்டுமே, பிறருடன் மிகுந்த நம்பிக்கை மற்றும் ஈடுபாடு கொண்ட உறவை வளர்த்துக் கொள்வது குறித்து அறிந்திருப்பர்.

தெளிவான விதிகள் வைத்தல் - பயமுறுத்தல் வேண்டாம்

ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் ஒன்றுசேர்ந்து வாழ்வதை உறுதிப்படுத்த மதிப்பீடுகளும் விதிகளும் உள்ளன. பிள்ளைகள் இந்த அடிப்படை விதிகளைக் கடைப்பிடிக்காவிட்டால், அதிகவேளைகளில் பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்துவதுடன், இதற்காக சிலவேளைகளில் கடினமான பயமுறுத்தல்களைக் கூறவேண்டி ஏற்படும். பிள்ளைகள் தெளிவாக மற்றும் முன்பே தெரிவித்துள்ள, காரணம் கூறப்பட்ட விதிகளை நன்றாக ஏற்றுக்கொள்வார்கள். இருப்பினும் சிலருக்கு இப்படியான விடயங்களில், இவற்றைத் தீர்மானிக்கையில் அவர்களும் சேர்ந்து தீர்மானித்துக்கொள்ள அனுமதிக்கப்படுகின்றது. கடும் தண்டனை வழங்கப்படும் எனப் பயமுறுத்தி, உத்தரவுகளை விரைவாக நிறைவேற்றிக் கொள்ளுதல் அதிகளவில் அதிகாரப் போட்டியை ஏற்படுத்துவதுடன் பிரச்சினைகளுக்கு உரிய நடைமுறைத் தீர்வை ஒருபோதும் வழங்கப்போவதில்லை.

பெற்றோர் பிள்ளைகளிடமிருந்து ஒரு வேளையில் எதை எதிர்பார்க்கின்றார்களோ, அந்த வேளையில் அவர்கள் குடும்ப விதிகளை கடைப்பிடிக்காதிருப்பது அல்லது வெறுமனே அதைச் செய்யாது விடுவது, வளர்ப்பு முறைக்கு ஒரு பெரிய சவாலாக உள்ளது. அதிகவேளைகளில் உத்தரவுகள் ஒரு குறிப்பிட்ட நேர அளவிற்குள் அடங்குகின்றன, இதன்மூலம் நாளாந்த வாழ்வு இயலுமான அளவு பிரச்சினை இல்லாது செல்கின்றது. பிள்ளை உடனடியாக அதற்குக் கீழ்படியாது விட்டால், பயமுறுத்தல்கள் எழுகின்றன. இவ்வாறான சம்பவங்கள் அதிகமாக பெற்றோருக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் இடையே அதிகாரப் போட்டியை எழவைப்பதுடன் கூடாத உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த ஏதுவாகும். இதன்போது பயமுறுத்தல்கள் நடைமுறைப்படுத்தாது விடப்பட்டால், பிள்ளைகள் அதை விரைவாக உணர்ந்து கொள்வதுடன், அதுபற்றி குறைவாகவே அக்கறை கொள்கின்றனர். எல்லைகள் மற்றும் விதிகள் பிள்ளைகளுக்கு முக்கியமானவை, அவையே பிள்ளைகளுக்கு எவ்வாறு நடந்து கொள்வது என்ற பாதுகாப்பைக் கொடுக்கின்றது. விதிக்கப்பட்ட ஒழுங்குகளைக் கடைப்பிடிப்பது பிள்ளைகளுக்கு இலகுவானதாகும், («கிழமைக்கு ஒரு தடவை அறையை ஒழுங்குபடுத்த வேண்டும்»), அதாவது இவை மாற்றப்படாமல் இருக்குமானால், அவை கடைப்பிடிக்கப்படுகின்றதா என்பதை அவதானித்துக் கொள்வதுடன் அவர்களுக்கு விளங்குமாறு கதைத்துக் கொள்ளுதல் முக்கியமானதாகும். நீங்கள் உத்தரவுகளைப் பிறப்பிப்பது மற்றும் அதை நிறைவேற்றிவைக்கும் முறையில் சேர்ந்து செயற்படுவதைப் பொறுத்தவரை அவற்றைப் பரிசீலனை செய்வதற்கு உங்களுக்கு குறைவான அக்கறையே தேவைப்படும் («நாளை நான் தூசிஅகற்றும் கருவியைப் பாவிப்பேன். உன்னால் எப்போது ஒழுங்குபடுத்த முடியும்? இன்று மாலை உனக்கு உதவிசெய்ய எனக்கு நேரம் உள்ளது»). இவ்வாறு நடந்து கொள்வதால் பிரச்சினைகளைத் தீர்த்து வைப்பதில் தாமும் பொறுப்பு வகிக்கின்றோம் என்பதுடன், தாம் தனியாக உத்தரவிடப்படாமல் உள்ளதாகவும் («இப்போது உடனடியாக உனது அறையை ஒழுங்குபடுத்து!») அங்குள்ள வித்தியாசமான தேவைகளின்போது தாமும் சமபங்கு வகிக்கின்றோம் என்பதையும் உணர்ந்துகொள்கின்றனர். சிலவேளைகளில் பிள்ளைகள் ஒரு தனித்தன்மையாகவும் நடந்து கொள்வர், ஏனென்றால் ஒரு விடயத்தை அவர்கள் எவ்வாறு நிறைவேற்றுவது என்பதைத் தெரியாதுள்ளனர். அவ்வாறான வேளைகளில், பிள்ளைகன் படிப்படியாகவும் நிறைவான அன்புடனும் தமது கடமைகளை நிறைவேற்றி முடிக்க வழிகாட்ட வேண்டும்.

எல்லைகள் மற்றும் விதிகள் பிள்ளைகளுக்கு முக்கியமானவை, அவையே பிள்ளைகளுக்கு எவ்வாறு நடந்து கொள்வது என்ற பாதுகாப்பைக் கொடுக்கின்றது.

எல்லைகளை மதித்தல் - கவனிக்காது தட்டிக்கழிக்கவேண்டாம்

பிள்ளைகள், நல்ல, கூடாத, அல்லது தேவையற்ற முறையில் தொட்டுப் பழகுவதை வித்தியாசப்படுத்தக் கற்றுக் கொள்வதுடன், தமது தேகம் குறித்து தாமே சொந்தமாக முடிவெடுக்க அவர்களுக்கு அனுமதியிருப்பதுடன், அவர்களே தமக்கெதிரான தாக்குதல்களில் இருந்து (பாலியல் ரீதியான) தம்மைப் பாதுகாக்கும் நிலையில் இருப்பார்கள். ஆகவே, பெரியோர்கள் அவர்களது தேகத்தின் எல்லையை உணர்ந்து கொள்வதுடன், அதைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள உதவுவது முக்கியமானதாகும்.

பெரியோர்கள்கூட, தமக்குத் தெரிந்த அனைவரையும் முத்தம் கொடுத்தோ அல்லது கைகளால் அணைத்தோ வாழ்த்த மாட்டார்கள். சமூக நிலைப்பாடு இதற்குப் பொருத்தமில்லாதுவிடின், இதைக் கைவிட வேண்டும். ஒரு நபர் போதிய அளவில் அண்மையாக இல்லாதிருந்தால், சிலவேளைகளில் நீங்கள் அவர்களை உடலால் தொட்டுப் பழகுவதை விரும்பமாட்டீர்கள். இது பிள்ளைகள் மட்டிலும் வேறு விதமானது அல்ல. அதாவது வாழ்த்திக் கொள்ளும் சந்தர்ப்பங்களின்போது அவர்களது விரும்பிக்கொள்ளும் அல்லது விருப்பமில்லாத சைகைகளைக் கவனத்தில் எடுக்காது, அதிகவேளைகளில் பிள்ளைகள் பெரியவர்களால் தொடப்படுகின்றனர், முத்தம் கொடுக்கப்படுகின்றனர், கட்டியணைக்கப்படுகின்றனர் அல்லது மேலே தூக்கப்படுகின்றனர். எவராவது எல்லைமீறி நடந்து கொள்வதாகத் தெரிந்து கொண்டால், பிள்ளைகளுக்கு, தமது தேகம் குறித்து முடிவெடுக்கவும் அதை நிராகரிக்கவும் உரிமையுண்டு.

வாழ்திக்கொள்ளும் உதாரணமானது, எவ்விதமான தொடுதல்கள் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடியது மற்றும் எவ்விதமான தொடுதல்கள் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதவை எனவும், அதுகுறித்து பிள்ளையுடன் பேசிக்கொள்வது எவ்வளவு முக்கியமானதென்பதையும் தெளிவாக்குகின்றது. இது அவர்களுக்கு தமது சொந்தத் தேகத்தின் எல்லையை உணரச்செய்வதுடன் அதற்காகத் தம்மை ஈடுபடுத்த அவர்களுக்கு உதவிக்கொள்ளும். இதன்போது, அவர்கள் எவ்வாறு வாழ்த்திக்கொள்ள விரும்புகிறார்கள் அல்லது வழியனுப்பல் கொடுக்க விரும்புகிறார்கள் என்பதையும் கதைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் அவர்களுக்கு பலவேறு விதமானவைகளை விளங்கப்படுத்தினால், அவர்கள் முடிவெடுப்பதற்கு இலகுவாக இருக்கும்: ஒருவருக்கு கன்னத்தில் முத்தமிடலாம், கைகளால் அணைக்கலாம், சிறிதுநேரம் அழுத்தலாம், அதேவேளை ஒருவர் ஒருவரின் கைகளைக் குலுக்குவது அல்லது சாதாரணமாக கைகளை அசைத்து வாழ்த்துத் தெரிவிப்பதற்கும் இயலும். இதன்மூலம் ஒரு பிள்ளை சமூக விடயங்களில் குறிப்பிட்ட வரையறையுடன் சரியான முறையில் நடந்துகொள்வதுடன் அதேவேளை எந்த விதமானது அவளுக்கோ அல்லது அவருக்கோ உகந்ததாகத் தெரிகிறதோ அதைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்வார்கள்.

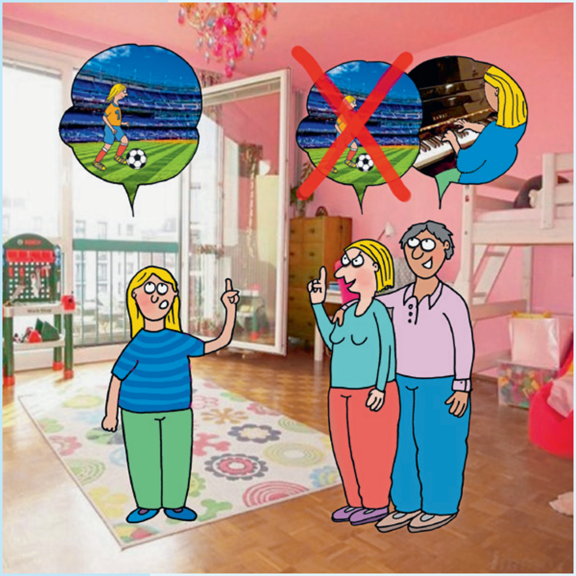
ஒரு பிள்ளை தான் உணர்ந்து கொண்ட எல்லையை நடைமுறைப்படுத்த, பெற்றோரின் உதவியிலேயே தங்கியுள்ளது. வேறு ஒருவரால் பிள்ளை விரும்பத்தகாத தொடுதல்களை மற்றும் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாத முறையில் வாழ்த்தும் முறைக்குத் தள்ளப்படுமானால், பெற்றோர் அவர்கள் சார்பில் அல்லது பிள்ளையுடன் ஒன்றுசேர்ந்து தமது அபிப்பிராயத்தைத் தெரிவிக்கலாம். இவ்விதமாக நடந்துகொள்ளல் பிள்ளைகளுக்கு உதவிசெய்யும், தேக எல்லையை உணரச்செய்யும், பாதுகாக்கும் அத்துடன் தேவைப்படும்போது இதில் தலையிடும் பெற்றோர்கள், தாக்குதல்களிலிருந்து (பாலியல் ரீதியான) பிள்ளைகளைப் பாதுகாப்பதில் ஒரு முக்கிய பங்களிப்பைச் செய்துகொள்கின்றனர்.

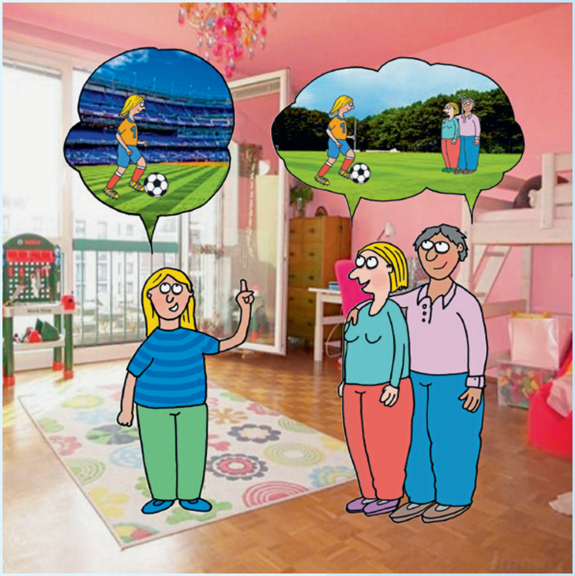
எவ்விதமான தொடுதல்கள் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடியது மற்றும் எவ்விதமான தொடுதல்கள் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதவை எனவும், அதுகுறித்து பிள்ளையுடன் பேசிக்கொள்வது எவ்வளவு முக்கியமானதென்பதையும் தெளிவாக்குகின்றது. இது அவர்களுக்கு தமது சொந்தத் தேகத்தின் எல்லையை உணரச்செய்வதுடன் அதற்காகத் தம்மை ஈடுபடுத்த அவர்களுக்கு உதவிக்கொள்ளும்.

பிள்ளைகளின் தேவைகளை மதித்தல் - கடந்து செல்லாதிருத்தல்

பிள்ளைகள் வளர்ச்சியடையும் பருவத்தில் தாமாகவே முடிவுசெய்வதை அனுபவித்துக்கொள்வது முக்கியமானதாகும், இதனூடாகவே ஒரு பிள்ளை தனது செயற்பாடுகளுக்குப் பொறுப்பேற்றுக் கொள்ளக் கற்றுக்கொள்கின்றது. ஒரு பிள்ளையின் தேவைகளை மீண்டும் மீண்டும் கவனிக்காது கடந்து சென்றால், அது தனது சொந்த நிலையையும் திறமைகளையும் வளர்த்துக் கொள்ளாது இருந்துவிடும். ஆகவே பிள்ளைகளின் தேவைகளை நிறைவேற்ற குறிப்பிட்டளவு வசதிகளைச் செய்து கொடுப்பது முக்கிய நடுமையமாக அமைகின்றது.

பெரியவர்களைப் போன்றே பிள்ளைகளுக்கும் மாறுபட்ட விருப்பங்களும் குறிப்பிட்டுச் சொல்லக்கூடிய வித்தியாசமான தேவைகளும் உள்ளன. உதாரணமாக அமைதிப்படுவது மற்றும் திரும்பி வருவதாகும். சில பிள்ளைகள் நீண்ட நேரம் தனியாக விளையாட விரும்புவார்கள், வேறுசிலர் அதிகம் ஓடித்திரிய விரும்புவார்கள். இந்த வித்தியாசங்கள் அவர்களின் விருப்பங்களிலேயே தங்கியிருப்பதைக் காண்பிக்கின்றது. சில பிள்ளைகள் துள்ளி விளையாட, வேறு சிலர் ஒரு இசைக்கருவியை இசைக்க மற்றும் சிலர் சிலவற்றைப் பொருத்திக் கொள்வதை விரும்புகின்றனர்.
வழமையாக பெற்றோர் தமது பிள்ளைகளின் விசேட திறமைகளுக்கு ஊக்கம் கொடுக்க முயற்சிப்பார்கள். சிலவேளைகளில் தமது பிள்ளைகளின் தேவைகளை ஏற்றுக்கொள்வது அவர்களுக்குக் கடினமாக இருக்கலாம். அதாவது உதாரணமாக வெட்கப்படும் ஒரு பிள்ளை ஏனைய பிள்ளைகளுடன் சேர்ந்து விளையாடக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்பது பெற்றோரின் விருப்பமாக இருக்கலாம், இது விளங்கிக்கொள்ளக் கூடியது. இருப்பினும் ஒரு பிள்ளை விரும்பாதபோது, வேறு பிள்ளைகள் உள்ள ஒரு குழுவில் சேர்ந்து விளையாடுமாறு வற்புறுத்துவது, அப்பிள்ளையின் வளர்ச்சியில் தடைகளை ஏற்படுத்தலாம். ஆகவே வேறு விருப்பங்களில் கவனம் எடுக்காமல் இருப்பது, நிச்சயமாகப் பெற்றோர்களால் சிலவேளைகளில் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாதிருக்கலாம். பிள்ளையின் விடயங்கள் மீண்டும் மீண்டும் கவனமெடுக்காமல் விடப்பட்டால், தனது தேவைகள் முக்கியம் இல்லை எனவும், தம் விடயத்தில் வேறு நபர்களின் குறிப்பிட்ட எதிர்பார்ப்புகளே எற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றன என்பதைப் பிள்ளை கற்றுக்கொள்கின்றது. எவ்வளவு அதிகமாக பிள்ளை வெளித் தேவைகளை செய்து முடிப்பதற்கு முனைகின்றதோ, அந்த அளவிற்கு அது தானாகவே வெளியாராகிவிடும். இந்த நிலையில் அவர்கள் சொந்தமாக முடிவெடுப்பதற்கோ எதிலும் பொறுப்பு எடுப்பதற்கோ கற்றுக்கொள்ள முடியாத நிலை ஏற்படலாம். ஒரு பிள்ளையில் கவனம் எடுப்பதென்பது, ஒருமுறை ஒரு முடிவை எடுத்ததால், அவருக்கு எவ்வித புதிய அனுபவங்களையும் உற்சாகப்படுத்தாமல் விடுவது மற்றும் அவரிடமிருந்து ஒரு குறிப்பிட்ட சகிப்புத் தன்மையை எதிர்பார்க்க முடியாது என்பதை அர்த்தப்படுத்தாது. அத்துடன் அவரின் ஒவ்வொரு விருப்பத்தையும் நிறைவேற்றி வைக்கவேண்டும் என்பதும் இதன் அர்த்தமல்ல. இருப்பினும் அடிப்படை ரீதியில் ஒரு பிள்ளையின் சொந்த நிலையை அவரது தேவைகளுடன் உணர்ந்து கொள்வதும் அவற்றுக்கு மதிப்பளிப்பதும் அவசியம்.





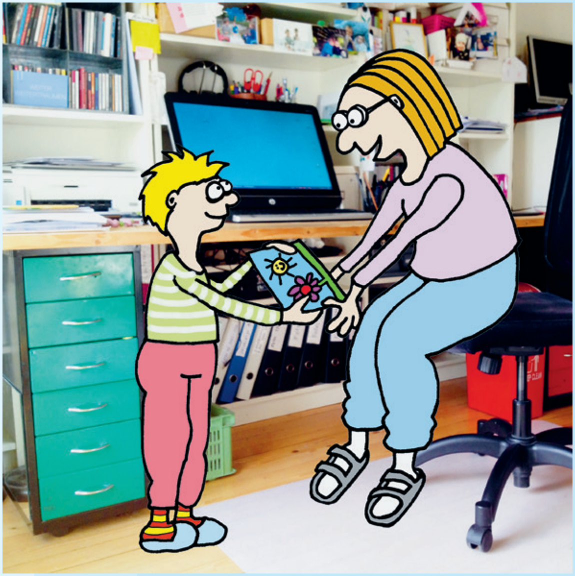
பிள்ளைகள் வளர்ச்சியடையும் பருவத்தில் தாமாகவே முடிவுசெய்வதை அனுபவித்துக்கொள்வது முக்கியமானதாகும், இதனூடாகவே ஒரு பிள்ளை தனது செயற்பாடுகளுக்குப் பொறுப்பேற்றுக் கொள்ளக் கற்றுக்கொள்கின்றது.

அடிப்படைத் தேவைகளை நிறைவேற்றல் - புறக்கணிப்பது அல்ல

பெற்றோருக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் இடையே எடுத்துச் செல்லக்கூடிய, நம்பிக்கை மிகுந்த உறவை வளர்த்துக்கொள்வதற்கு ஒன்றுசேர்ந்துள்ள நேரங்கள் தேவைப்படும். இதில் பிள்ளைகளின் அடிப்படைத் தேவைகளுக்கு பெற்றோரின் அன்பு மற்றும் கவனிப்புகளைப் பொறுத்தவரை, பெற்றோரின் நேரடியான பரிமாற்றங்கள் மற்றும் அன்புநிறைந்த பங்கேற்புகளின் ஊடாக மட்டுமே பிள்ளைகளின் விருப்பங்கள் மற்றும் செயற்பாடுகளைத் திருப்திப்படுத்த முடியும். இனிப்பு வகைகள் மற்றும் பரிசுகளால் இந்தப் பெறுமதியான உறவுக் காலத்தை மாற்றீடு செய்துகொள்ள முடியாது.

அதிக வேளைகளில் நாளாந்த குடும்பவாழ்வு பரபரப்பானது அத்துடன் அதிகமாகப் பல பெற்றோர்கள் தொழில் மற்றும் குடும்பத்தால் இரட்டிப்பு அழுத்தங்களுக்கு முகம் கொடுக்கின்றனர். இதன்போது அனைத்துக் குடும்ப உறுப்பினர்களின் தேவைகளும் கவனிக்கப்டுகின்றதா என்பது இலகுவாகத் தவறவிடப்படுகின்றது. இந்த நிலைமைகளால் பல பெற்றோர்கள் சொந்தத்தில் பாதிக்கப்படுவதுடன், ஒருசிலர் பிள்ளையுடன் செலவிட நேரம் இல்லாததை, இனிப்பு வகைகள் மற்றும் விளையாட்டுப் பொருட்களைக் கொடுத்து, பிள்ளையை சிறிது நேரத்திற்கு மகிழ்வாக வைத்துச் சமாளிக்க முயல்கின்றனர். பரிசுப்பொருட்கள் அன்பைக் காட்டும் அடையாளமாக இருக்கலாம், இருப்பினும் அவை ஒரு பிள்ளையின் அடிப்படைத் தேவைகளான கவனிப்புகள் மற்றும் அன்பு வழங்கலை ஈடுசெய்வதற்குப் போதுமானதாக இருக்காது. பிள்ளை தானாகவே சொந்தமாகச் செயற்படல் வளர்ச்சியடையும்போது, பெற்றோர் மீண்டும் தமக்காக அல்லது தமது வேலைகளுக்காக நேரத்தை எடுத்துக்கொள்வது முழுவதும் சரியானதே. இருப்பினும்: பாலர்பாடசாலையில் உள்ள பிள்ளைகள்- அல்லது பாடசாலைப் பிள்ளைகளைப் பொறுத்தவரை அவர்கள் சொந்தமாகச் செயற்படுவது உயர்வடைந்தாலும், தொடர்ந்தும் அவர்களுக்கு பெற்றோரின் பாசம் எப்பொழுதும் தேவைப்படும். இதை எப்போது அவர்கள் அனுபவிப்பார்கள் என்றால் உதாரணமாக, அவர்கள் பெற்றோரிடமிருந்து குறைவடையாத கவனிப்புகளைப் பெறும்போது, பெற்றோர் தமது செயற்பாடுகளிலும் நலவாழ்விலும் அக்கறை கொண்டுள்ளனர் என்பதை உணர்ந்து கொள்ளும் போதாகும். அதிகமான பிள்ளைகள் தேகத்திற்கு அருகாமையில் இருப்பது குறித்து மகிழ்ச்சியடைவார்கள் என்பதுடன் மடியில் அமர்வதற்கோ அல்லது கைகளில் தம்மைத் தூக்கிவைத்திருப்பதற்கோ விரும்புவார்கள். ஒன்றுசேர்ந்து செயற்படும் வேளைகளிலும் பெற்றோர்களின் கவனிப்புகள் தமக்குத் தேவைப்படுவதாகத் தெரிவித்துக் கொள்வர்.

பெற்றோருடன் அல்லது அண்மையாக உள்ள வேறு நம்பிக்கைக்குரிய நபருடன் உறுதியான தொடர்பைக் கொண்டுள்ள பிள்ளைகள், பாதுகாப்புடனும் ஆதரவுடனும் அத்துடன் தம்மையும் தமது சுற்றச்சூழலையும் நம்புபவர்களாக உணர்ந்து கொள்வார்கள். இது உலகைத் துணிவுடன் கண்டுகொள்ளவும் மீண்டும் மீண்டும் புதிய சவால்களை எதிர்கொள்வதுடன் அவற்றை வெற்றிகரமாகத் தீர்த்துவைப்பதற்கான ஒரு நிபந்தனையாகும்.



பெற்றோருடன் அல்லது அண்மையாக உள்ள வேறு நம்பிக்கைக்குரிய நபருடன் உறுதியான தொடர்பைக் கொண்டுள்ள பிள்ளைகள், பாதுகாப்புடனும் ஆதரவுடனும் அத்துடன் தம்மையும் தமது சுற்றச்சூழலையும் நம்புபவர்களாக உணர்ந்து கொள்வார்கள்.

பிள்ளையின் செயற்திறமைகளை மதிப்பது - திறமைகளில் அழுத்தங்களை அதிகரிக்காதிருத்தல்

பிள்ளைகள் இயற்கையாகவே அறிந்து கொள்வதற்கு ஆவலாகவும் கற்றுக்கொள்வதற்கு ஆற்றல் கொண்டவர்களாகவும் உள்ளனர். ஆனால் வெற்றிகரமாகக் கற்றுக்கொள்வதைப் பொறுத்தவரை திறமைகளைக் காட்டுவதற்கான கோரிக்கைகள் அளவுடனாக இருத்தல் வேண்டும். அதிக பாடசாலை அழுத்தம் மற்றும் பெற்றோரின் உயர்வான எதிர்பார்ப்புகள் கற்பதைத் தடுத்தல், ஆற்றலை இழத்தல் மற்றும் திறமைகள் இல்லாது போதலை ஏற்படுத்தலாம். ஆகவே, பிள்ளையின் தனித்துவமான செயற்திறமைகளுக்கு மதிப்பளிப்பதுடன் பிள்ளைக்கு அதிக அழுத்தங்கள் ஏற்படுவதைக் கவனத்தில் எடுப்பது முக்கியமானதாகும்.

பெற்றோர், தமது பிள்ளை அவரது செயற்திறனிலிருந்து மிகச் சிறப்பானதை செய்துகொள்ள வேண்டும் என விரும்புகின்றனர். பிள்ளை பாடசாலையில் நன்றாகக் கற்று முடிப்பதுடன், அதற்கு அதிக தொழில் வாய்ப்புகள் காத்திருக்க வேண்டும் என விரும்புவது, விளங்கிக்கொள்ளக் கூடியது. பெற்றோர் தமது பிள்ளையின் பாடசாலை விடயங்கள் குறித்து அக்கறைப்படுவதும், தமக்கு பாடசாலையில் சித்தி பெறுவது மட்டும்தான் அனைத்தும் அல்ல என்பதும் முக்கியமானதும் சரியானதுமாகும்.
அடிப்படை ரீதியாக தமது பிள்ளையிடமிருந்து சாதகமான திறமைகளை எதிர்பார்க்கும் பெற்றோர்கள், பிள்ளைகளின் சொந்தத் திறமைகளில் நம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொள்கின்றனர். இருப்பினும் இவ்விதமான பெற்றோரின் எதிர்பார்ப்புகள் பிள்ளைகளைச் சென்றடைய வேண்டும். ஒரு பிள்ளை, செயற்படுத்த முடியாத பெற்றோரது எதிர்பார்ப்புகளால் அழுத்தங்களுக்கு ஆளாகுமானால், தனது திறமைகளிலும் கற்கும் ஆற்றலிலும் நம்பிக்கையை இழந்துவிடுகின்றது. இது ஒரு தீமையான வட்டமாக மாறுவதுடன் அழுத்தம், பயம் மற்றும் பாடசாலையில் சித்திபெறாத நிலையை ஏற்படுத்துவதுடன் பிள்ளைக்குரிய சொந்தப் பெறுமான உணர்வுகளையும் பாதிக்கின்றது. இந்தப் பாதகமான நிலை, பெற்றோர் தமது பார்வையில் பிள்ளைகளின் பாடசாலைப் பெறுபேறுகள் போதாது அல்லது மிகவும் குறைந்துள்ளது குறித்துத் தண்டனை வழங்கினால், இன்னமும் மோசமான நிலையை அடையும். இதனால் பிள்ளைகளுக்கு தமது திறமைகளுக்கேற்ற விதத்தில் விருத்தியடையவும், தமது இயற்கையான அறியும் ஆற்றல் சவால் நிறைந்ததாக இருப்பினும் ஊக்குவிக்கப்படுவதற்கு சந்தர்ப்பம் உள்ளது, ஆனால் செய்ய முடிந்த கோரிக்கைகளே அவர்களுக்கு விடப்பட வேண்டும். இருப்பினும் பிள்ளைகள் பாடசாலையில் மட்டும் கற்றுக்கொள்வதில்லை. ஓய்வு நேரத்தில் விளையாடும் போதும் அவர்கள் பல முக்கியமான கற்கும் அனுபவங்களைப் பெற்றுக்கொள்கின்றனர். ஆகவே, பிள்ளைகளுக்கு விடுப்புக் கொடுக்கக்கூடிய ஓய்வுநேரம் இருக்க வேண்டும், இதனால் அவர்கள் பன்முகத்தன்மை கொண்ட உலகத்தின் எந்தப்பக்கத்திலிருந்து வரும் செயற்பாட்டு அழுத்தங்களுக்கும் முகம் கொடுப்பதுடன் புதிய சவால்களை எதிர்கொள்ள சக்தி பெற்றுக்கொள்ளும் அதேவேளை தமக்கு ஓய்வையும் பெற்றுக்கொள்வார்கள்.

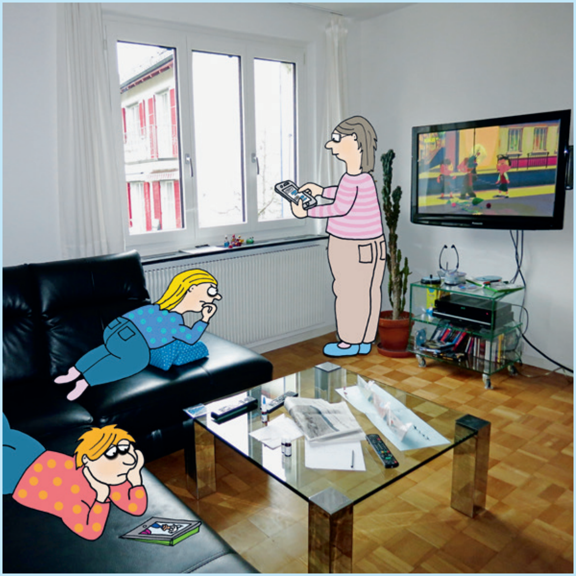
பிள்ளைகளுக்கு தமது திறமைகளுக்கேற்ற விதத்தில் விருத்தியடையவும், தமது இயற்கையான அறியும் ஆற்றல் சவால் நிறைந்ததாக இருப்பினும் ஊக்குவிக்கப்படுவதற்கு சந்தர்ப்பம் உள்ளது, ஆனால் செய்ய முடிந்த கோரிக்கைகளே அவர்களுக்கு விடப்பட வேண்டும்.

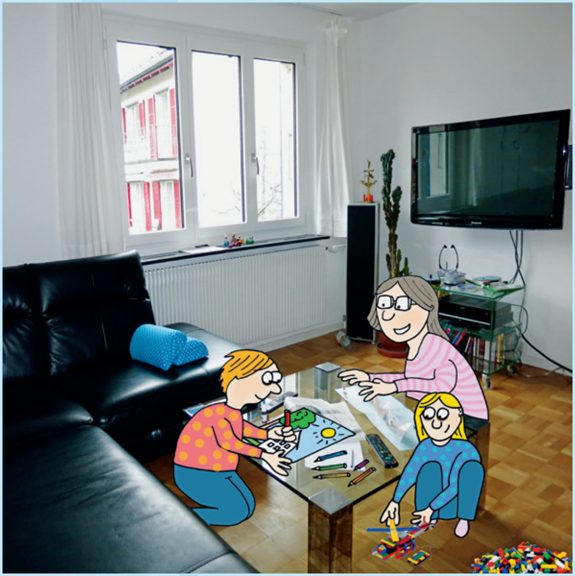
கற்க தூண்டுதல் - எல்லையற்ற டிகிற்றால் பாவிப்பு தேவை இல்லை

இன்றைய எமது நாளாந்த வாழ்வில் டிஜிற்றல் உலகம் நிச்சயமாக எம்முடன் ஒன்றுசேர்ந்துள்ளது. இருப்பினும் அவற்றை கட்டுப்பாடற்ற விதத்தில் பாவிக்கக்கூடாது, விசேடமாக பாடசாலைக்கு முன்பான மற்றும் கீழ்வகுப்பு வயதான சிறுபிள்ளைகளுக்கு இவை ஏற்றதல்ல. பிள்ளைகள் அனைத்திலும் மேலாக நேரடித் தொடர்பு ஊடாகவும் சொந்தமாகக் கேட்கும் அனுபவத்தையும் பெறுகின்றனர். அளவுக்கதியமாக கணனித் திரையைப் பாவிப்பது இவ்வாறான கற்கும் அனுபவங்களுக்கு எதிராக அமைவதுடன் பிள்ளைகளின் உள மற்றும் சமூக ரீதியான வளர்ச்சியில் பாதகமான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும்.

ஊடகங்களைப் பாவிக்கும் விடயத்திலும், பெற்றோர் ஒரு முக்கிய முன்மாதிரிகையாக உள்ளனர். பராமரிப்பவர்கள் தாமும் கணனித் திரைக்கு முன்பாக அதிக நேரத்தைச் செலவிடுவார்களானால், அவர்களது பிள்ளைகளும் அதைப் பார்த்தே நடந்து கொள்வார்கள். பெற்றோர் டிஜிற்றல் ஊடகங்களை குறைந்த அளவில் பாவிப்பார்களானால், பல பிள்ளைகள் தவிர்க்க முடியாத மோகமடையாது கருவிகளுடன் பழகிக் கொள்வார்கள். ஒரு அவசரமான தொலைபேசி அழைப்புக்கு அமைதியாக செவிமடுக்காமல், எவரெல்லாம் ஒரு தடவையாவது இந்த வித்தைகாட்டி இழுத்தெடுக்கும் கணனித் திரையைப் பாவித்துள்ளோம்? கண்பார்வைக்குத் தெரியாத மற்றும் மட்டுப்படுத்தப்படாத இலத்திரனியல் ஊடகங்களின் பாவனை பிள்ளைகளுக்குப் பல்வேறு காரணங்களால் விதந்துரைக்கப்படக் கூடாததொன்று. பிள்ளைகள் அதிக நேரத்தைக் கணனித்திரை, ஸ்மாற்தொலைபேசி அல்லது ரப்லெற் முன்பாக செலவிடுவார்களானால், அவர்களுக்கு உள, மொழி மற்றும் உடல் ரீதியான வளர்ச்சிகளில் எதிர்மறையான விளைவுகள் ஏற்படலாம். பிள்ளைகள் உலகை தமது அனைத்துப் புலன்களாலும் அறிவதுடன், அவை நிலைத்து நிற்குமாறு கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். இதில் பெற்றோருடன் அல்லது வேறு பிள்ளைகளுடன் விளையாடுதல், ஒன்றுசேர்ந்து கதைகள் வாசித்தல், பொருத்துதல் மற்றும் வரைதல் அல்லது இயற்கை வெளியில் துள்ளி விளையாடுதல் அடங்கும். 3 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு ஒரு குறிப்பிட்ட எல்லையுடன் பிள்ளைகளுக்கான படங்கள், விளையாட்டு அப்ஸ் அல்லது டிஜிற்றல் புத்தகத்தை மற்றும் படங்களைப் பார்வையிடுவதற்கு எதிர்ப்புக் காட்ட வேண்டாம். பிறிமா பாடசாலைப் பிள்ளைகள் கணனியில் தமது முதல் அனுபவத்தைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம். இருப்பினும் பெற்றோர் தமது பிள்ளைகளுக்கு தமது ஊடக அனுபவங்கள் மூலம் வழிகாட்டலாம், இதன்போது பார்வையிடுவதிலும் அதை இயக்கவதிலும் அவர்களுக்கு உள்ள சிக்கலான விடயங்களில் உதவி தேவைப்படலாம்.

துறைசார் நபர்களின் விதந்துரைப்படி, பிள்ளைகள் தமது உடல்நலத்தில் பாதிப்பு ஏற்படாமல் வளர்வதற்கு, 3 க்கும் 6 க்கும் இடைப்பட்ட வயதுடைய பிள்ளைகளுக்கு நாளாந்தம் 30 நிமிடங்களுக்கு மேற்படாமலும், 6- தொடக்கம் 9 வயதான பிள்ளைகளுக்கு நாளாந்தம் ஆகக்கூடியது 45 நிமிடங்கள் ஊடகங்களைப் பாவிக்கும் நேரமாகவும் ஒதுக்கப்படலாம்.





பிள்ளைகள் உலகை தமது அனைத்துப் புலன்களாலும் அறிவதுடன், அவை நிலைத்து நிற்குமாறு கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

பெற்றோர் சேர்ந்து பொறுப்புவகித்தல் - தம்பதிகள் வன்முறையை காட்ட வேண்டாம்

பெரியவர்கள் தமக்கிடையே நடந்துகொள்ளும் விதம் மற்றும் ஒரு குடும்பத்திலுள்ள உறவுநிலையை பிள்ளைகள் மிகச் சரியாக உணர்ந்து கொள்வார்கள். பெற்றோர் ஒருவரோடொருவர் கவனமாகப் பழகிக்கொள்வார்களானால், அவர்கள் பாதுகாப்பாகவும் ஆதரவு பெற்றவர்களாகவும் உணர்ந்து கொள்வார்கள். பெற்றோர் தமது பிரச்சினைகளை வன்முறை மூலமாகத் தீர்த்துக் கொள்வதை அவர்கள் கண்டுகொண்டால், அவர்களுக்கு பய உணர்வு மற்றும் உதவியற்ற நிலை ஏற்படும். ஆகவே பெற்றோர்களும் ஒருவர் ஒருவருடன் வன்முறையற்ற மற்றும் இயலுமானவரை மிகுந்த மரியாதையான உறவுடன் வாழ்வது முக்கியமாகும்.

பெரியவர்கள் வேறு பெரியவர்களுடன் எவ்வாறு பழகிக் கொள்கின்றனர் என்பது பிள்ளைகளுக்கு மறைக்கப்பட்ட விடயமல்ல. பெற்றோர்களுக்கு இடையே நிலைமை எவ்வாறுள்ளது, எவ்வாறு சச்சரவு செய்கின்றனர் மற்றும் எவ்வாறு மீண்டும் சமரசம் செய்து கொள்கின்றனர் என்பதை சரியாகக் கண்டுணர்ந்து கொள்கின்றனர். பெற்றோர் தமது பிரச்சினைகளை வன்முறை மூலமாகத் தீர்ப்பதை பிள்ளைகள் கண்டுகொண்டால், அதன்போது ஒருவர் ஒருவரை வெருட்டுவது, தூசிப்பது, பழிப்பது, கதைக்காமல் இருப்பது அல்லது சச்சரவில் ஈடுபடுவது மற்றும் அடிப்பது அவர்களை குழப்பத்துக்கு உள்ளாக்குகின்றது. வன்முறையை கண்ணுறும் அல்லது கேள்வியுறும் நேரத்தில் அவர்கள் உதவியற்றவர்களாகவும் வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்ட பெற்றோர் பகுதி குறித்து மிகுந்த பயமும் கவலையும் அடைகின்றனர். அதிகவேளைகளில் அவர்களது வளர்ச்சியில் நீண்ட காலத்திற்கு பாதகமான விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன. ஒரு பிள்ளை பாதுகாப்பு மற்றும் ஆதரவு பெறவேண்டிய ஒரு இடத்தில், அழுத்தம், வெருட்டல் மற்றும் அக்கறையற்ற தன்மைகளை அனுபவிக்குமானால், அவர்கள் மனதுக்குள் உயர் அழுத்தம் ஏற்படுவதுடன், நெருக்குதல், அமைதியின்மை, பயஉணர்வு அல்லது கோப உணர்வு ஏற்படலாம். இந்த நிலைமைக்குப் பெற்றோரும் முன்மாதிரிகையாளர்களாக உள்ளனர். பெற்றோர்கள் அதை விரும்பாவிட்டால், பிள்ளைகளும் அவ்வாறே கற்றுக்கொள்கின்றனர்.

சிலவேளைகளில் பெற்றோருக்கு இடையேயான வன்முறைகள் ஏற்கனவே உறவுகளைப் பிரிவடையச் செய்திருக்கலாம். பிள்ளைகள், அவர்களில் ஒருவர் வருகைதரும் தொடர்பை அனுபவிக்க நேர்ந்தால், அவ்வேளைகளில் பெற்றோரில் ஒரு பகுதி மற்றவரைக் குறைத்து மதிப்பிடுதலும், அதனூடாக ஒரு பெற்றோர் பகுதிக்குச் சார்பான நிலைப்பாட்டை எடுக்கத் தள்ளப்படுவதும் பிள்ளைகளுக்கு பெரிதும் தாக்கத்தைக் கொடுக்கும் நிகழ்வாகும். வழமையாக பிள்ளைகள் பெற்றோரில் இரு பகுதியினருடனும் நெருக்கமான உறவைக் கொண்டிப்பதுடன் தொடர்பிற்கான தமது உரிமையை அனுபவிக்கவே விரும்புகிறார்கள். இந்த உறவு பிள்ளையின் நலனுக்கு நன்மையளிக்காவிட்டால், இந்த உரிமையை மட்டுப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

பெற்றோர் தமது பிரச்சினைகளை முழுவதுமாகத் தீர்த்துக்கொண்டால், அது பிள்ளைக்கு தனது சொந்தப் பிரச்சினைகளை மற்றவர்களுடன் தீர்த்துக் கொள்வது எப்படி எனக் காண்பிப்பது மட்டுமல்லாமல், அவர்களுக்கு தம்மை சரியான விதத்தில் வளர்த்துக்கொள்ளத் தேவைப்படும் உள்ளகப் பாதுகாப்பையும் வழங்குகின்றது.

பெற்றோர் தமது பிரச்சினைகளை முழுவதுமாகத் தீர்த்துக்கொண்டால், அது பிள்ளைக்கு தனது சொந்தப் பிரச்சினைகளை மற்றவர்களுடன் தீர்த்துக் கொள்வது எப்படி எனக் காண்பிப்பது மட்டுமல்லாமல், அவர்களுக்கு தம்மை சரியான விதத்தில் வளர்த்துக்கொள்ளத் தேவைப்படும் உள்ளகப் பாதுகாப்பையும் வழங்குகின்றது.

Kinderschutz Schweiz
Seftigenstrasse 41 | 3007 Bern
Telefon +41 31 384 29 29
info@kinderschutz.ch | www.kinderschutz.ch

பிள்ளைகளைப் பாதுகாத்தல், பிள்ளைகளை உறுதியாக்குதல்!
நாங்கள் பிள்ளைகளை வன்முறையிலிருந்து பாதுகாக்கின்றோம். மற்றும் அவர்களின் உரிமையை உறுதிப்படுத்துகின்றோம்.

இதற்கான உங்கள் நன்கொடை Kinderschutz Schweiz அமைப்பிற்கு உதவுகின்றது.
தபால் காசுக்கட்டளை - வங்கிக் கணக்கு இலக்கம் 30-12478-8

இதயபூர்வமான நன்றி!

www.comp-act.ch